

وتتميز مقالاتها بالزهد من العمق والمشاعر الغفيرة الصادقة.

ان الطوائف الدينية بحساسة النفس لا يتكفون قسط باستيحاء قضية ما اذا كان تمتع حق بالنس الشرعية الزمعية اي بقوانين الدولة . وهم يقومون باجراء استفتاءاتهم حول مسائل اخرى موضوعه على بصمات البحث امام حركة الاستيطان ومن بينها المسألة المركزية كما يرى كاتب هذه المسور ، الموقف من الحرب . ففي هذه المسألة كتب المحوف :  
يهوشوع صوكرمان من مركز الارب و هو من نشد المثقفين على الاحكام لينغفر و كريات ارب « مثل رئيس المجلس البلدي شالوم واخ » ان مشكلة الاهليات هي مشكلة صعبة جدا ، و يجب معالجتها بكل جدية ، كما كاتلح على ان مشكلة انسانية اخرى ، ولنتجاهل مسألة ان الاهليات في المناطق هم المستوطنون بالذات ، ولكن على الاقل ليس موقف من الجمهور العربي مع اننا اجد باسمه القومي : كجهود من على البشير ، فضلا عن ان في سياق مقالته يذهب الى ان صوكرمان ابداه اوائله حول ما اذا كان العرب المعينون الضقة العربية ليسوا الا شعبا ، وما اذا كان العرب الذين يواجهوننا جهاهير من الافراء المثقفين ان نعفيهم جميع الدولوات الخفية بقوانين الحرب اي هل المصود هو شعب نحن الان في حالة حرب . ففي هذه الحالة ، وبموجب القانون ايضا و بناء على نتائج كل الحرب ، ان الممكن التوصل مع الى اتفاقية سلام ، ان الاحكام ينوبل بين نون بن عوفرا ينغف ان اريد من ذلك ، وبغير بصرache في المسألة الدولية ان العرب هو وسان على صورة الخالق و ان معارضه السيادة العربية على ارض اسرائيل تستلزم الاعتراف بحق العرب كيوبي بشر ، وضرورة مصلحة جنق الاحكامين ينبغي القول ان موقفها من هذه القضية المركزية ، انوف من العرب ، ينحصر في هذين الفرازين الحقيعيين وهكذا ، ان الفلق الجماعي في البصاات كان من المعروض ان يتد بين ابناء هذا الشعب ، وبالنسبة الى مؤيدي التفتيق السري ليس ثمة من موقف اذا المسألة العربية فهذان الاحكامتان مشغلتان اكثر بغضبة الموقف من

« بداية الخلاص » وهكذا فإن الحاخام  
أوتيل يفرض أن أعمال التنظيم المسمى -عندما  
بان الحاخام وجميع أعضاء عوش إيموني  
من المناضلين- لا يستعملون عبارة التنظيم

**بقلم: منى حاس عنبارى**

ولكن اذا رجحت كفة الخير يشجبون التنظيم السرى فقد يفتقون من صفوفهم معارضهم لكي « يظهروا » انفسهم من الروح ومن العوامل الخاصة بالتنظيم السرى ولكي يحافظوا على مكانة غوش يمينيون بحركة شرعية ينظر غالبية الشعب الاسرائيل - و حتى اندك شدة النقاش الداخلي من مال الحاخام اسرائيل روزين الذي نشر في العدد الاخير من مجلة المستوطنين ، « تكوده » واسم هذه المجلة يشهد على مصحتها : « حتى الازمة » سبعا

والسبعين مرة خاب امل عندما اشتركت في مؤتمر خايمين ورجال علم من سكان الضفة وفزع سادات مرة روح ان تكون في الاوتل - من حزب علي خطا - وازمنة ثقافية كبيرة «وعلى هذا الهاوي هو»

منطقة يهودا والسامرة  
ضابط الادارة المدنية للمشؤون  
الداخلية  
مجلس التنظيم الاعلى

اليهودية : ألم تفرغ حركة غوش ايوميينو  
لنفسها تاجا عندما قررت احكاما تستند الى

شؤون عمارة  
ضابط الإدارة المدنية  
للشؤون الداخلية  
رئيس مجلس التنظيم الأعلى

**أقوال** **المصنف**

بغباوة حربية  
من جانب  
اميراطوريات عجائز

وتستطرد «علل معشاهرة قاسلة: الی الخامس من یونیو ۱۹۸۲ بدات حکومة اسرائیل اشاکل بحرب لیبان بنفسی الاستهانة الی تعزیرت بها الامراطوریات العجائز، وقد خرجت الاهداف الی وصفه اشاکل علی انها نظام جدید، لی لبنان بعیدا عن عطاق الواقع السیاسی الی خیال طائش لدولة عظمی ولم تتلاءم الوسائل ابدا مع تحقیق هذه الاهداف اذ من یتکون ان یتکون لاسرائیل الفقیة وسائل لحرب عظمی بوفرة، وقد غلب الرای العام بساتر من الدخان التکلیف النشرب منه اصوات متملا تقوه به القیصر

والمرحوم من اب ۱۹۸۲، «اننا نسلل الحاربان بقیص صاف و باید تقیة ومن هذا الیوم قفصا لست اعترف بالاحزاب وانما بالاحزاب فقط.

وقالت «علل معشاهرة فی سباق خطابه وعد القیصر وعد الجنود سیعودون الی بیوتهم حتی قبل «حلول الخریف» فی خطابه الی التکسیت وعد السید یقین قبل بنوشتین ان جوتونا سیعودون الی بیوتهم خلال ايام معدودة، ولكن الحروب لا تستمع الی الیعود اذ لها جوتونها الجاهل

ידיעות | אחרונות  
אמרו שרת

في سياق مقالها الطويل تحت العنوان المتقدم تبذل لصحيفة يديعوت  
أحرونوت حاداً فاعلت الحكومة لهؤلاء الصحفيين الاسرائيليين اسفارا في  
نزوة المبادئ السياسية التي ادعت انهم عرفات في بيروت، لكي يسمعوهم  
كلمات الخناء ؟ لا شيء ، ولهؤلاء الاساتذة الاسرائيليين الذين اسفروا في مؤتمر  
عرفات في هولندا ؟ لا شيء ، ولهؤلاء المشتغلين بالسياسة الاسرائيليين الذين  
اسفروا في عرفات في تونس ؟ لا شيء ، ولهؤلاء المحامين الاسرائيليين الذين  
اسفروا في عرفات في بلجيكا ؟ لا شيء ، لقد نظرت الحكومة اليهم بخوف وتراجعت  
وفرت عنهم لم يمسوا بها ، وماذا فعل المستشار القانوني الاسرائيلي الذي علم  
بعضه المفرات وتخطى هذا خرق لقانون حرية ؟ لا شيء انما انه راى ان  
الحكومة خائفة وتطوحيه هو الآخر بخفاف ، والصريحة لهؤلاء الخوف المأمن  
الجمهور ، وتضمني يديعوت احرونوت في تساؤلها تفانقول : لماذا لا تستطيع  
الحكومة السيطرة على التضييق المالي مثلا ؟  
ولكن ماذا الذي قال لكم انها ليست قادرة لذلك ثمة تضخم مالي في العالم  
اجمع ، في اللبانيا وفي النمسا وفي فرنسا وإيطاليا وفي اكثر من عشر بلد اخرى في  
العالم . وكل التضخم قضى عليه - كله حتى الاخير ، ومعنى ذلك ان هناك طريقة  
لعلاج التضخم وكل الامور الخرى لا اساس لها .

وقالت يديعوت احرونوت : لمعالجة التضخم ثمة ضرورة باستثناء النظريات الاقتصادية المعقّدة أولاً وقبل كل شيء ، لئلا تسلطه قوة تستطيع فرض سيادتها على المستثمرين والبنوك والمصرف والبيضاء والسوداء وجماعات الضغط على انصافها وحيث انه لا يوجد يد كهذه فليس لنا ما يساعدنا لمواجهة اسوأ ما يجرى.

امر مجهول

علقت صحيفة هارتس على التفاصيل التي ادل بها مرشح للمراخ لمصوب وزير المالية عضو الكنيست داف عاقوبي لدى عرضها من برنامجها الاقتصادي وقالت ان هذه التفاصيل تتعلق بتفويغات المواطنين: متابعي القطاع وحسابات العمال الاجنبية واسهم البنوك المنصطة. ولابد من رؤية المنطق الكامن وراء عرض هذه التفاصيل عن السياسة الاقتصادية ويمكن القول هنا ان السيد عاقوبي لم يختلف عن السيد كوهين ارغاد الذي ادعى فهدا من رعا العظمين من ان يكون بعد الانتخابات من تفويغات المواطنين، فعلى الاقل في هذا الموضوع يوجد توافق في الراي بين الحزبين، اللذين سيجتمع اثنهما من بين اقتضائه وزير المالية في الحكومة القادمة وتضفي هارتس قبالة على ان هذا اختلافا في الامر. ان من طلب السيد عاقوبي لجمهور المواطنين العظمين على تفويغاتهم يبدو ان المراخ يرى فيهام جمهوره ناخبين محتجوا على تفقههم، وحيث ان الجمهور الذي من الغرض ان يجهله المراخ هو جمهور اجيرين اساسا، فقد كان من المتوقع ان يوجه كبار مسئليه تدعو عرض رسالته الاقتصادية فيما يتعلق بمسائل الاجور والاسعار والضرائب والتسبب بينها.

واختتمت هارتس قولها: ما هي الطريقة وكيف تتخذ على هذه الاسئلة لم يرد السيد عاقوبيي مسئلا لم يرد السيد كوهين ارغاد عليها، ولكن يمكن اعطاء معنى لتفصيلي للمعركة الانتخابية، ويتوجب على الجمهور ان يطالب بالرد وان يتلقى الرد فانا لم يتلق الرد فعنى ذلك ان الديمقراطية في اطارها الاسرائيلي هي دراهم م مجبول.

ليس ثمة من جديد  
في الخليج

وفي تعليقه على حرب الخليج العراقية الإيرانية قالت صحيفة «داهان» أن الهجوم البري الإيراني الذي تمكنوا به لم يبدأ بعد والتقييم العام هو أنه بعد التصاعد سيأتي الاستقرار، وأن الجيش العراقي قادر على صد الهجوم للجديد بالرغم من التفوق المهني لقوات خميني.

وتعطي، هذا، فرصة، جيدة، بعد، أربع، سنوات، من، العمل، العنصراني، المكثف، وتطوّر، إلى، انطلاقة، حقيقية، في، كفاءة، الحرب، البحرية، على، طول، مدى، فهد، اشحت، في، الأونة، الأخيرة، هدف، الحرب، الجوية، والبحرية، في، الخليج، مع، جميع، الفئات، الخطيرة، للمرتبة، على، تلك، بالنسبة، إلى، العراقيين، للخط، والمنطق، وفي، أعقاب، الإصابات، بمنزلة، وبالنقالات، يولد، له، التحدي، والعراق، ولا، إيران، تستعصم، مع، الموقف، بسرعة، عن، تهديد، حكومة، انقرة، بفقد، الشوب، النفط، الذي، ينقل، النفط، العراقي، عن، طريق، تركيا، كرد، عن، أصابة، نفطة، النفط، التركية، في، هذه، الخطر، الكاسان، ودار، افتتاح، الأسباب، الخلفية، في، جسم، الحرب، واختتمت، وزارة، بقولها:، لقد، كان، للعراق، عدد، من، الإنجازات، على، الصعيد، الدبلوماسي، وتتساوى، كل، من، فرنسا، والاتحاد، السوفياتي، في، تحقيق، حكومة، صدام، حصين، بالأسلحة، الحديثة، على، حين، أن، الولايات، المتحدة، تدجول، دفع، إيران، عن، طريق، الإسراع، في، تسليح، السعودية، -وهذه، تطورات، تعتبر، سلبية، بالنسبة، إلى، إسرائيل، كذلك، فإن، نتائج، التطورات، في، الخليج، بالنسبة، إلى، الاقتصاد، العالمي، كما، تشير، المخاوف، ومن، شأنه، أن، تغض، على، عدد، من، البند، الروسية، في، جدول، أعمال،

من محكمة المنطقة  
عامة في الطبية

جلسة جت المحل و بعض اعضاء المجلس تشهر  
قوية جت بتاريخ ١٩٧٩/٤/٨ وانحصار ارثه  
ه هـ هـ صالح وند المتوفاة حال حياته . وهم :  
ولادوارث للمتوفى المذكور سوى من ذكر . فعن له  
حكمه خلال شهر من تاريخ النشر .

**التوقيع**  
**يوسف خليل الدسوقي**  
**قاضي المنطقة الوسطى**  
**الشرعى والطبية**

اعلان وراثة صادر  
الموسمي الثاني

كل من له الحق في الأرض أو الإصلاحيات المتعلقة بالمسوق، لشكره عليه، يحق له أن يقدم اعتراضه إلى دائرة التنظيم المركزية في رام الله أو إلى اللجنة المحلية للتنظيم للذين في رام الله خلال شهرين من تاريخ نشر هذا الإعلان. - عبد الحيد.

شلمو عمار  
ضابط الإدارة المدنية  
للشؤون الداخلية  
رئيس مجلس التنظيم الأعلى



هكذا من الأحمال



# جمالك سيدتي

كيف أصبحت بشرتك؟  
بماكانت ان تراجي كل ما قمنا لك من نصائح للتجميل وان تضي الان على حقيقة نوع بشرتك. ما يلائها من انواع المكياج. لتعديل طريقة التجميل او تعديل اللقطة والاعتناء بالصحة العامة. فالبرشور الوردي دليل على الصحة والحياة وعلى ان البرشور تسير على ما يرام. اما البرشور الشاحبة فقد ترجع الى عدم استنشاق الهواء النقي او عدم مزاولتك التمارين الرياضية وهي بحاجة الى نوع من احمر الخدود والبرشور الشوخية اللون لاختفاء الشحوب تنصح باستعمال منتجات التجميل المنضفة لتجديد الخلايا استعمال كريم منضف واعمل حركات دائرية فوق البشرة بواسطة فرشاة ناعمة مغطاة بالحلقة مدة عشر دقائق ثم اغسل وجهك بالماء البارد ورتبي عليه كريمات خفيفة خاصة فوق منطقة التجاعيد. ثم غنيه بكريم مغني اما البشرة الدهنية فمعنى هذا انها تفرز مزيدا من الدهن وقد تؤدي الى توسيع المسام في الوجه والنقطة السوداء وفي هذه الحالة يجب اولا تنظيف البشرة من اعماقها بواسطة الفرشاة والصابون الطبي الخاص مع مراعاة التوازن الغذائي والتقليل من اكل الدهنيات والكاكاز من اكل الشكاهة والخضار. ثم عليك استعمال اللسان الضاغط والفاصل للبشرة الحامض مع الشاي للرقع مسامات بشرتك. ايضا كمادات الماء البارد تقيد في ذلك.

اما ما كانت بشرتك خشنة بابية القشور بها تجاعيد سطحية فمعنى هذا ان الجلد قد خف الماء منه. لذلك يجب تغذية الجلد بالبرشور اللينة والزيوت الطبيعية وإعادة الحيوية اليه بمرطبات الزيت او الكريم بكثافة ليوم الى حالته الطبيعية. والفضل طريقة لازالة البثور هو قلعها بالاصبع «البلاستر» ودهن المكان بكريم مغني.

ريجيم الخضروات واللحوم  
ان الجمال لا يكتمل الا بقلوب رشيقة. ولتحقيق هذه الغاية ينصح الاختصاصيون بما يلي:  
تناول الخضروات نيئة تحصل على ما بها من فيتامينات واملاح معدنية. حيث ان عملية الطهي تفقد هذه المواد بفعل الحرارة. بالإضافة الى ان عملية طهي الخضروات تفقد للعددة القيمة على جسمها الا يصحبه مما يؤثر على عضلات الجسم ولين الجسم ومرونه الجلد وقوة الشعر والاقاير. وينصح النباتيون بان يوضع القليل جدا من الملح على الاغذية النباتية ويوصون باستهلاك الحبوب كاملة. تحصل منها على اكبر قدر من فيتامين ب، مما يساعد على اخفاء بعض عيوب البشرة وامراضها. اذن النظام الغذائي الجيد اذا نحن اكملناه بتناول مشتقات الالبان والبيض فاننا نحصل الجسم ميزات لا يمكن انكارها. وبالنسبة لتناول اللحوم وعالقتها بالجمال فان اللحوم تمد الجسم بالبروتين الكامل فضلا عن البيوتاسيوم والحديد والمغنيزيوم والكالسيوم والفوسفور والفيتريت. على ان تطبخ بطريقة صحيحة ولا تؤكل نيئة الا الكبد فقط للصابون بفقر الدم «الانيميا». ويصح الخبز يريون انقاص اوزانهم بعمل تولوز غذائي. ان ناكل جميع انواع الطعام لكن بجر، فعلا انا تناولنا وجبة غداء مسمة علينا ان نقرر الغداء على حبة من الحبوب والكاش حليب وهكذا... كذلك السير لمسافات طويله في الهواء الطلق وضرب السوائل الحامضة كمعصر الجريب فروت والبرتقال والليمون تساعد في اذابة اللحوم المتراكمة.

وصيحة اخيرة باخذ حمام ساخن يوميا وعمل مساج بواسطة الفرشاة الخاصة للجسم يساعد على ازالة الكتل الباردة والشحوب.

ولعل استعمال اللشد «الكورسيه» الضاغط على الجسم يساعد في تماسك عضلات الجسم للتمرنه في رشاقه وخفة الحركة عن السمينيات.

## أطفال المرأة العاملة

أطفال المرأة المدخلة يقل وزنهم في المتوسط رطل عن أطفال المرأة غير المدخلة. ويتعرضون لخطر الوفاة بعد الولادة مباشرة. وكلما زادت كمية التدخين زالت الخطورة. والأطفال الذين يولدون لايون مدخنين يتعرضون للاصابة بامراض الجهاز التنفسي. هذا ما اكده تقرير أصدرته وزارة الصحة البريطانية. كما جاء في التقرير ان المرأة التي تتعاطى حبوب منع الحمل وتدخن في نفس الوقت تتعرض للاصابة بامراض القلب بنسبة عشرة اضعاف من لا تدخن ولا تتعاطى الحبوب.

لقد تأكد لأطباء ومن خلال الدراسات والخبرة الطويلة ان حليب الام يحمي الطفل في كثير من الامراض والالتهابات المعوية وخاصة في الأشهر الستة الاولى من الحياة اما حليب البقرة فلا يعطي مثل هذه الحماية ويمكن ان يسبب نمو ميكروبات وجراثيم ضارة في القناة الهضمية وقد دلت الدراسات الحديثة ان بعض اللقاحات وخاصة بلدان الشرق الاوسط تشهد تحولا خطيرا من انزراع ال اغذية الصناعية والحليب البودرة. وهذا يؤدي لادالات صحية خطيرة.

## الطب يقرر عدم وجود بديل لحليب الام لا تجعل البقرة اما لطفلك

على هؤلاء الأطفال لما يوجب الوقوف يحزم ضد هذا التحول وقد ناقشت احدى للجان الطبية المتخصصة هذا الموضوع الذي نقله بجذائره موضحين اهمية الكبري لحليب الام دور في صحة الطفل مقارنة بحليب البقرة الضار.

سوء التغذية مشكلة صحية عالمية قررت منظمة الصحة العالمية «WHO» ومنظمة اليونسيف في مؤتمرها الذي عقد في جنيف في تشرين اول ١٩٧٩ ان سوء تغذية الطفل وممارسة العادات الغذائية الخاطئة تشكل احد مشكل العالم الصحية الرئيسية والخطيرة في تاحية تطور الطفل الاجتماعي والصحي ومن الناحية الاقتصادية الرضاعة هي جزء مكمل للتكاثر البشري والانتاج الذي يجب تشجيعه وهي من مسؤولية المجتمع كله للحد من الرضاعة من الام وحماية الحامل والرضع من غائلة المرض وما يؤثر عليها ويزيد من هذا المفهوم. فقد اصبح واضحا ان عدم الاعتماد على حليب الام في الدول النامية وغيرها من الدول التي تعتمد حليب البقرة قد زاد من عدد حالات سوء التغذية والهزال الشديد الذي يتعرض له الاطفال وخاصة بسبب الاضطرابات المعوية المتكررة وبسبب الاطباء ايضا ان قلة الاعتماد على حليبها يزيد في مشاكل واضطرابات الجهاز التنفسي وهذا ما يمكن التغلب عليه بالعونة من

لواجهة مرض السرطان اكتشف الأطباء في الولايات المتحدة وجود علاقة بين احدى جينات السرطان يعرف باسم اي آر ب - ولانها الطبيعية في جسم الإنسان المسؤولة عن نمو الخلايا... ويعتبر هذا الاكتشاف على جانب كبير من الاهمية خاصة وان اي خلل في نمو الخلايا يسبب الاصابة بهذا المرض. وقد اكتشف الاطباء هذه الجينات في الفيرس السبب لمرض اللوكيميا الى سرطان الدم في جينات الماعز.

أكد الاطباء ان اكتشاف هذه العلاقة عبر خطوة كبرى على طريق معرفة تطور من خاصة لتتطابق مع اكتشاف العام في عن وجود علاقة بين احدى الجينات للابنة للمدولة عن التناقل للجروح بين الانسان.



## تخفيف الام الولادة عن طريق الاسترخاء

هذه الطريقة تسمى بعدة اسماء وسجلها يعطى نفس النتيجة من هذه الاسماء او ما يسمى ب Hypnosis هذه الطريقة اكثر شيوعا في الجلسات الطبية والنفسية، وان الاستعمال الفعال لهذه الطريقة يتم عن طريق اشخاص مؤهلين في هذا الموضوع من مثل الطبيب النفسي. وخصائي علم النفس الطبي.

ان من اهم فوائد استعمال هذه الطريقة الحديثة في العلاج النفسي هو ان المعالجة تأخذ وقتا قصيرا من اجل المعالجة بدل من قضاء ساعات وايام من اجل المعالجة، اذ انه باستعمال هذه الطريقة مع المريض او صاحب الحالة يحتاجان فقط عدة ساعات لا تمام ما بدأوا به. الا ان بعض الحالات تحتاج الى وقت اطول من الوقت المتوسط ولكن هذا النوع من الحالات لا يمكن التصميم عليه.

ان استعمال هذه الطريقة في الجلسات الطبية تعتبر فعالة ومدهشة في نتائجها طبعيا تعاون المريض هو جزء اساسي لنجاح هذه الطريقة. بالإضافة الى ان استعمال هذه الطريقة غير مكلف. مثلا في حالة المرأة الحامل. يمكن تقليص الام الولادة الى اقل نسبة تنكر باستعمال هذه الطريقة وان استعمال هذه الطريقة اثبت فعالية حيث تعتبر طريقة مثالية في معالجة المرأة الحامل. هذا ليس من وجهة نظر للمريض فقط بل ومن وجهة نظر للمعالج ايضا.

ان مهمتنا كاختصاصيين علم نفس طبي هو مساعدة طبيب النساء الممرض الاساسي على عملية الولادة مساعدته يجعل عملية الولادة اسهل واسرع ليس فقط على المرأة الحامل. بل ايضا على الطفل المولود بان يخرج من رحم امه بسهولة. وبسرعة وبدون اية مضاعفات الذي من الممكن ان تؤدي الى ولادة طفل غير طبيعي يصبح كما هو معروف لدينا حالة على عائلته وعلى مجتمع.

١- تخفيف وتقليل مخاوف الام في عملية الولادة. والتي تتسبب بدورها في مضاعفة الخس بالاد.

٢- تخفيف وتقليل نسبة اوكية الاووية للمستعملة اثناء الولادة وبصبح استعمال الاووية فقط عند الضرورة القصوى.

٣- ضبط ما يسمى بالطول للصاحب للولادة والذي يعتبرونه ليس بالتمام لاد من وجوهه لمساعدة المرأة الحامل على دفع المولود من اجل تسهيل عملية الولادة وجعلها اسرع.

٤- تخفيف وتقليل ما يسمى ب «الوجع» وذلك سرعة استعادة وهي الام.

٥- تخفيف كمية الوقت اللازم لانجاب الطفل.

الطفل في عامه الثاني يتمتع بطاقة جبارة ويختلف مزاجه بين لحظة وأخرى، مما يسبب الإزعاج اذا اضطرت الأسرة الى السفر. او اصطاحه معها في احدى الزيارات لذلك يجب ان تراعي الأسرة بعض النقاط التي تساعد على الحد من الاسباب التي تؤدي الى شعوره بالاضطراب فمثلا لا يستطع الطفل في هذا السن ان يشعر بالراحة في مساحة صغيرة محدودة، والشيء الآخر هو ان كان هناك اطفال آخرون فلا بد ان تزيد للمشاكل والشجار وعادة ما يكون شقيق المكان سببا لهذه المشاجرات، وأفضل وسيلة للسفر اذا كان يصحبك طفل في الثانية من العمر هو السيارة الواسعة شرط ان تكون هناك محطت على طول الطريق للإستراحة، اما كيف تقضي الوقت، فهذا

يعتمد على وضع الطريق خصوصا وان الطفل في هذه السن يعتبر رمزا للشخص الفضول محب الاستطلاع ولله بالحركة. لذلك فانت في حاجة الى بعض الأفكار لتحويل مده انتباهه وتسلية.

١- حاول ان تشيري وتلفتي نظره الى كل ما تمررون به من حدائق ومنازل ومزارع.

٢- حاول ان تفي مع اغاني الاطفال ولا سائق من احضار كتاب لاغاني الاطفال للتكثير.

١- تخفيف وتقليل مخاوف الام في عملية الولادة. والتي تتسبب بدورها في مضاعفة الخس بالاد.

٢- تخفيف وتقليل نسبة اوكية الاووية للمستعملة اثناء الولادة وبصبح استعمال الاووية فقط عند الضرورة القصوى.

٣- ضبط ما يسمى بالطول للصاحب للولادة والذي يعتبرونه ليس بالتمام لاد من وجوهه لمساعدة المرأة الحامل على دفع المولود من اجل تسهيل عملية الولادة وجعلها اسرع.

٤- تخفيف وتقليل ما يسمى ب «الوجع» وذلك سرعة استعادة وهي الام.

٥- تخفيف كمية الوقت اللازم لانجاب الطفل.

١- تخفيف وتقليل مخاوف الام في عملية الولادة. والتي تتسبب بدورها في مضاعفة الخس بالاد.

٢- تخفيف وتقليل نسبة اوكية الاووية للمستعملة اثناء الولادة وبصبح استعمال الاووية فقط عند الضرورة القصوى.

٣- ضبط ما يسمى بالطول للصاحب للولادة والذي يعتبرونه ليس بالتمام لاد من وجوهه لمساعدة المرأة الحامل على دفع المولود من اجل تسهيل عملية الولادة وجعلها اسرع.

٤- تخفيف وتقليل ما يسمى ب «الوجع» وذلك سرعة استعادة وهي الام.

٥- تخفيف كمية الوقت اللازم لانجاب الطفل.

١- تخفيف وتقليل مخاوف الام في عملية الولادة. والتي تتسبب بدورها في مضاعفة الخس بالاد.

٢- تخفيف وتقليل نسبة اوكية الاووية للمستعملة اثناء الولادة وبصبح استعمال الاووية فقط عند الضرورة القصوى.

٣- ضبط ما يسمى بالطول للصاحب للولادة والذي يعتبرونه ليس بالتمام لاد من وجوهه لمساعدة المرأة الحامل على دفع المولود من اجل تسهيل عملية الولادة وجعلها اسرع.

٤- تخفيف وتقليل ما يسمى ب «الوجع» وذلك سرعة استعادة وهي الام.

٥- تخفيف كمية الوقت اللازم لانجاب الطفل.

١- تخفيف وتقليل مخاوف الام في عملية الولادة. والتي تتسبب بدورها في مضاعفة الخس بالاد.

٢- تخفيف وتقليل نسبة اوكية الاووية للمستعملة اثناء الولادة وبصبح استعمال الاووية فقط عند الضرورة القصوى.

٣- ضبط ما يسمى بالطول للصاحب للولادة والذي يعتبرونه ليس بالتمام لاد من وجوهه لمساعدة المرأة الحامل على دفع المولود من اجل تسهيل عملية الولادة وجعلها اسرع.

٤- تخفيف وتقليل ما يسمى ب «الوجع» وذلك سرعة استعادة وهي الام.

٥- تخفيف كمية الوقت اللازم لانجاب الطفل.

١- تخفيف وتقليل مخاوف الام في عملية الولادة. والتي تتسبب بدورها في مضاعفة الخس بالاد.

٢- تخفيف وتقليل نسبة اوكية الاووية للمستعملة اثناء الولادة وبصبح استعمال الاووية فقط عند الضرورة القصوى.

٣- ضبط ما يسمى بالطول للصاحب للولادة والذي يعتبرونه ليس بالتمام لاد من وجوهه لمساعدة المرأة الحامل على دفع المولود من اجل تسهيل عملية الولادة وجعلها اسرع.

٤- تخفيف وتقليل ما يسمى ب «الوجع» وذلك سرعة استعادة وهي الام.

٥- تخفيف كمية الوقت اللازم لانجاب الطفل.

في درء خطر الجراثيم والامثلة كثيرة. يزيد حليب الام في حموضة القولون والامعاء وهذا يحول دون نمو الجراثيم الضارة فيها التي تعرف باسم organisms. Gram negative.

١- يوجد في حليب الام نوع من البكتيريا المعوية تعرف باسم Bifidobacterium تعمل على ايقاف ومنع نمو الجراثيم المعوية الضارة مثل جرثومة الشيغيلات Shigella.

٢- يوجد في حليب الام مواد مضادة لجراثيم المعامل المعروفة باسم Scaphylococci وتحول دون نموها واكثرها وهي من اخطر الجراثيم المعروفة لدى الانسان.

٣- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٤- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

١- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٢- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

٣- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٤- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

١- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٢- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

٣- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٤- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

١- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٢- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

٣- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٤- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

## المرآة في الميدان المهني

قامت حوالي ٥٠٠ سيدة من مواطنات مدينة ميونخ بألمانيا الغربية بتأسيس حركة جديدة تحت عنوان «المرآة في الميدان المهني» تضم عددا كبيرا من النساء العاملات في المكاتب والصناعات والبيوت التجارية المختلفة. تهدف الى تقديم المساعدات الاجتماعية للنساء في الدول النامية في العالم الثالث.

تهدف هذه الحركة الاجتماعية النسائية الى تحقيق مبادرات خاصة في اطار تفهم المرأة وبمسيرة خاصة لتقديم المساعدات للنساء اللواتي يعشن في ظروف اقتصادية واجتماعية صعبة ووضع برامج خاصة لتقديم اللوح الدراسية والمالية الى النساء في دول العالم الثالث كالمهند وكوريا وبعض دول افريقيا وامريكا اللاتينية وتبادل الرسائل والعلوم معهن بصورة منتظمة كما استطاعت هذه الحركة النسائية انشاء مدرسة خاصة للفتيات في احدى دول العالم الثالث النامية.

١- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٢- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

٣- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٤- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

١- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٢- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

٣- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٤- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.



## طيفلك



١- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٢- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

٣- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٤- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.



١- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٢- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

٣- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٤- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

## مخبرنا

١- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٢- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

٣- يوجد في حليب الام مواد تقتل جراثيم الماستريتكوس Mastococcus وتعرف باسم mastocystase وخلايا كبيرة Macrophages مهمتها قتل البكتيريا والخلايا المعوية الضارة.

٤- يوجد في حليب الام مادة اللاكتوفيرين Lactoferrin والتي لها وقع خاص بالحد من وبالتالي تحرم البكتيريا من عنصر هام لنموها وتكاثرها وكذلك يزيد الطفل بحاجة من الحديد.

● اخبار ملوثة ● اخبار ملوثة



ساق المدق - قصة نجيب  
سوط يجري الان الاعداد  
ساجها مسرحيا خلال  
بف.

ممثل محمد شوقي مع منيرة المهدي في بداية حياتهم ثم مع الراحلة التي استمر معه حتى وفاته ثم عمل طويلا في مسرح اساقفة يس بعدها شارك في عدد كبير من المسرحيات الكوميديّة لقطاع

لوحة لفرانك  
سيناترا

شادية  
تتوي  
را من  
سالي  
من (1)

أحد الإباء منزله فوجد ابنه الصغير  
 خمس سنوات يقلد أخوته في الكتابة .  
 والوالد : ما تكتب يا بني ؟ فقال  
 رسالة الى ابن عمي  
 الوالد : انك لا تحسن الكتابة .  
 باب الطفل على الفور : وابن عمي لا  
 يقرأ .

تماماً عن التصوير الا في يوم واحد في هويوم اجازتها من ربا وسكينه على لينتهي الفيلم بعد تصوير امتد ٢ نصف « لا تسألني من انا » قصة عيد القديس وتمثل فيه شابه دور

اخيرا انتهت الفئانه شاديه من تمثيل  
آخر لعطاط فيلم ( لاساتني من انا ) الذي  
اخرجه اشرف فهمي ومثله امامها فاروق  
العيساوي و يسر وليل علوي واحمد غانم  
وهاله صدي مع الفئانه الكبيره مديحه  
يسري . سبب تعطل الفيلم ان شاديه

**والا لامبور - عتريت شركة ستغافورية**

**أولا لامبور - عتريت شركة سغافورية**  
ميات من العاج والعصدير الخالص  
فيتمتها بمالين الدولارات واستخلصتها  
لعينتا تاليندته كانت غارفة منذ حوالي  
ساحل مري سيغف الذي يبعد حوالي  
كلم شمال شرقي كوالا لامبور .  
شارت صحيفه فيستريت ثايم دليل  
أولاً في مصادر رسيهه إلى أن تلك الشركة  
لصت بشكل غير هانوي ثلاثة وتسعين  
من أتياب الفيله مع ثلاث واربعين  
حه من العصدير الخالص من تلك  
نه في الشهر الماضي .

عرض رياضي  
وعرض ازياء

زوج لاعب التنس الفرنسي يانيك نوام  
من بعبطوله فرنسا للتنس في حزيران  
ي بعد ظهر يوم الجمعة الماضي بعارضة  
اء السو يديه سيسيليا روردي .  
جبرى حفل الزواج في اضيئ الحدود في  
س بلدية ياونوب بحضور رئيس البلدية  
باسمها .

تصدر في العاصمة العرنسية خلال هذا العام المجلد الثامن والعشرون الجديد التي تحمل عنوان «الجزء العشرون» و «لغات تحريها» من جان سيبريو» و «تتمتع كل أسرة شهر» تهدف للمجلد الجديد على وجه التحديد إلى البحث عن التاريخي التي ظهرت على الساحة الدولية خلال القرن العشرين. كما تحتوي على المقالات التي تتناول المشاكل المتوقعة في مجال الاستراتيجيات الحديثة خاصة الحرب النووية والاستراتيجيات الأمريكية منذ سنة ١٩٤٥ بالإضافة إلى بعض الموضوعات الاقتصادية خاصة التي تتعلق بالإمارات اقتصاديات التي تعرضت لها الدول الكبرى خلال القرن العشرين.

كما تلقي المجلة الجديدة الضوء على بعض الأحداث السياسية التي كان لها تأثير كبير في تغيير تاريخ بعض الشعوب في القرن العشرين.

صدرت في الاسواق الامريكيه اول قصة  
ممثل الامريكى الشهير ديفيد نيفين  
عنوان احلم بالغرب وقد لاقت نجاحا  
مهمايريا كبيرا واخترها ناي كتاب الشهر  
افضل قصه وبهذا تعتبر اول مرة منذ خمس  
سنوات تفوز اول قصه يؤلفها كاتب بهذا  
ترشيح .

\*\*\*\*\*

انا الماضي ، لمسل تلفزيوني ايضا من ١٢  
ملفقة بطولة عزت العللاي ، غفاف شعيب ،  
عبد الله غيث تأليف يوسرى الجندى ومن  
خراج حمدي الابراهيمى .

كيدهن عظيم ، فيلم سينمائى يعرض  
تاليا فريد شرقى ، غفاف شعيب ، جميل  
اتب ، فاروق الفياشى ، وتحيه كاروكا  
ومن اخراج حسن الامام .

\*\*\*\*\*

جرى الوحوش ، فيلم سينمائى جديد من  
بطولة غفاف شعيب واخراج على عبد  
الخالق من قصة للكاتب محمود ابو زيد .

\*\*\*\*\*

•• ابو ظبي -كونا -نقلت صحيفة الخليج الصادرة في الشارقة صورة لشجرة ايمونة غريبة الشكل وهي تشبه ثمرة الغفل الحار الطويلة وإن كان لها طعم ولون الليمون.

وقد عثر عليها وسط ٢٧٢ شجرة ليمون اعمارها ترجع ال عشر سنوات بمزرعة ماطن: دراس الخيمه.

وتذكر المهندس الزراعي الذي عثر على هذه الليمونة ان الشجرة التي تنجب هذه الثمرة الغريبة - عاقر - اي لم يسبق ان اثمرت من قبل وحينما بدأت - تنجب - جاءت هذه الثمرة - المعاقه.

و يذكر ان اشجار الغفل الموجودة هناك تزيد كثيرا عن منطقة اشجار الليمون.

\*\*\*\*\*  
ابتسامه على شفاة كانية، بطولة كمال  
الشناوي، يوسى، ليلي طاهر، مريم فخر  
الدين، عماد رشاد، عفاف رشاد، قصة  
واخراج محمد كامل، وهو مسلسل تلفزيوني  
من ١٢ حلقة يصور حاليا.

قال أحد المتشككين لأومن :  
هناك شيء أستطيع أدراكه . إذا كان الله  
يستطيع فعل كل شيء فلماذا لم يخلق  
إنساناً واحداً أو حيواناً واحداً على الإطلاق ؟  
يعيش إلى الأبد . عاش سيدنا نوح ٩٥٠ عاماً  
فقط . وعاش جدنا متوشلح ٩٦٩ عاماً .  
فإنسان الأبدى الذي لا يعرف الموت ؟  
فاجابه المؤمن متصملاً :  
أستطيع يا هذا أن تخلق جميع ملايكس  
فتسير عالياً في السماء ؟  
فاجاب التشكك :  
أجنت . أنا أستطيع ذلك ولكي لا أريد  
فعله لو ملئت أدي وديها وبقيت .  
أرايت ؟ . انك أبنت الإنسان الغافى الضعيف  
لا تفعل كل ما أستطيع . فكيف تريد من  
خالق الأكوام أن يفعل ما يريد ؟ .

الكلمات المتقاطعة

١ ٨ ٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧ ٨ ٩

اعداد: رامي تميم حسن

عروبياً:

- ١ - أحد التوالدين مفكوس + علم مؤنث مفكوس + حرب.
- ٢ - نصف صورة + حرب + رجل باللاتينية مبتكرة + ب.
- ٣ - سوط بالعامة مفكوس + حرمان متكلف.
- ٤ - مسند بالعربية + أحد الانلان.
- ٥ - علم منك مفكوس + س.
- ٦ - من الطيور + معني جحر مفكوس + حرب + معني ظي + ا - بيرد بمبتكرة.
- ٧ - عكس اسم + معني انقض مفكوس + سداد بمبتكرة علم منك.
- ٨ - لنج باللاتينية + من.

الغيا:

- ١ - مثل مصري.
- ٢ - وحدة ليس من الطيور مفكوس + متشابهة + و.
- ٣ - بين جيلين + الاسم الاول اصلحي للبرعات
- ٤ - .....
- ٥ - معني مرة مفكوس.
- ٦ - وحدة ليس من الدير.
- ٧ - صام الحياة + تقال في الدير + للنساء.
- ٨ - في الماء + متشابهان + معر مبعثرة.
- ٩ - أحد اللغتين + نوع مبعثرة.

٩٣٧ يا وأحشني رد علي - مخرم فؤاد  
١٠٧٠٠ من أفانينا : اميرة لكن مقوم  
نشائية الكرمل، يعقيد يا  
حببيبي - يعقيد - رافق، قلبسي  
الك - فاييزة - رشدي، سكن  
الوجد - محمد حسين  
١٠٧٣٠ نشرة الاخيار  
١٠٧٣٧ حقا الحلوه - محمد جمال  
١٠٧٤٥ مع الصحافة العربية  
١١٧٠٠ تمثيلية - هنن انت يا  
جريجوري  
١١٧٣٢ الشب الاسمر - احلام، انت  
الورد - المجموعة اللبنانية  
١١٧٤٠ عيني بتضحك - فريد  
الارض  
١٢٧٠٠ مجلة الزراعة  
١٢٧٣٠ مع احداث الظهيرة  
١٣٧٤٥ ثلاث بلاكات  
١٥٧٠٠ من اسرائيل مع خالص الحب  
١٤٧٣٥ نشرة الاقتصادية  
١٤٧٤٥ ياناسيني - شهرزاد  
١٥٧٠٠ دراسات شرق اوسطية  
١٥٧٣٠ نشرة الانباء المحلية ونشرة  
الضفة والنقاط  
١٥٧٤٥ سؤال في الموسيقى  
١٥٧٥٠ قصيدة من بعد ملك مهجتي  
يعقوب مراد  
١٦٧٠٠ زينة الدنيا  
١٦٧٤٥ قصيدة الاصيل النعيمي -  
عبد الحليم حافظ، مسا  
النور والها - ورد  
١٧٧٥٠ مسابقة رمضان  
١٧٧١٠ رسائل للمستعدين العرب  
١٧٧١٥ عالم الصحافة  
١٧٧٢٢ تقاسيم على الورود - يرهوم . . .

٢٢٣٥	إيلي الصف - علي موسى	المغرب وبدعاء الاقطار	٢٢٣٦	مع الغاني رمضان : شهرنا
٢٢٣٥	معزوفتان : الفرقة الإذاعة :			الصبح - وبيع الصافي - كريم
	سماعي بيات - الحان ابراهيم			يا شهر الصيام - نجاة
	الفرصاني - احلام راضية -			المصيرة، يشارك يا صايم -
	الحان صفيان شكري			
٢٢٣٠	مجلة الثقافة والادب :			محمد فوزي
٢٢٣٠	مجالس الانس			برنامج سلاما وتحيية
٢٢٣٥	تصبح على خير - شافية			مقامات عراقية
	محمد			زاوية من صندوق البريد
				همسات صعيدية

<p>ماذا يقول طالعك؟</p>	
<p>● <b>الحمل:</b> - تتعرض لبعض الشغل تواج ينتفرك فريبا جدا</p>	
<p>● <b>الثور:</b> - لا تتوهم ان تحقيق ما تريد مسألة سهلة وانهم هو عدم اليأس</p>	
<p>● <b>الجوزاء:</b> - ترى ان البعض يعرف في حساسية تجاه احبائنا لا تعتقد ان ذلك ضحك</p>	
<p>● <b>المسرطان:</b> - ليس ملائمة ان تجابه الامور مباشرة عن ديبلوماسية ان ابعد مدفن</p>	
<p>● <b>الاسد:</b> - تبدأ مشكوك الغالب بالحلحلة. استند من تصانح اصدفك.</p>	
<p>● <b>العداء:</b> - ليس من الضروري ان تقول ما تفكر فيه لمن تلقى مهم عن محطفا</p>	
<p>● <b>الميزان:</b> - يحاول احدهم ايلتاك في خصام لا يفلح حاول تجنب ذلك</p>	
<p>● <b>العقرب:</b> - يبدى بعضهم اعجابا صادقا بك. حاول ان تستفيد من ظروف ملائمة</p>	
<p>● <b>القوس:</b> - اصغ جيدا لتصانح اصدفك وحاول ضبط نفسك جيدا</p>	
<p>● <b>الجدي:</b> - يبدو لك لا تهتم احبائنا بمستقبل اشخاص قريبين منك</p>	
<p>● <b>الدلو:</b> - العائلة تنتظر منك اهتماما اوفر بامور الحياة اليومية</p>	
<p>● <b>الحوت:</b> - اليوم يلائمك جدا فحاول ان تثشد فيه قراراتك الميعة</p>	

عنايات في  
عنه وصو  
لهم هرب  
يصل إلى  
رحلات الف  
وبه والتال  
ليات في الد

فرد اعصم  
فلو نظرتنا ا  
نظاني... هـ  
في التفر في ا  
فريق شمس  
بينا خطو  
في الاس  
بالفريق س  
يحلل الج  
فريق شمس  
المنطق الود  
علي بل ايند  
وتلاحظ ام  
الين المعار  
سفن من ال  
بمس الفن ا  
الارمنية الد  
الان حسم  
في هذا فار  
حيث تحلل  
في الز  
الاجزاء الج  
يبدأ بالاس  
الافريقي م  
في فريق شمس  
التي سمانس  
الافريقي م

الي

نظرا لعدد  
التي هي من  
التي هي من



### اسحق اوفيك سكرتيرا عاما لهيوغيل

تم انتخاب السيد اسحق اوفيك بالايجام كسكرتير لمنظمة هيوغيل الرياضية وذلك من قبل مجلس ادارة منظمة هيوغيل.. وهذه المرة الثالثة على التوالي يتم انتخابه كسكرتير للمنظمة الرياضية الكبرى في البلاد.

### حكم السلة الاسرائيلي دافيد الى لوس انجلس

تم اختيار الحكم الاسرائيلي دافيد دغون ليغوبم بالتحكيم في مباريات الاولمبياد بكرة السلة في لوس انجلس. والحكم دافيد وعمره ٣٧ سنة يعد من الحكام الممتازين في كرة السلة.



### رفعت ترك رفض اللعب في مباراة طمرنا مع اوتراخت الهولندي ٣/٤

على ملعب شفاعمرو.. اجري فريق مكابي طمرنا المعزز بلاعبين بينهم زاهي ارملي وعزمي نصار مباراة ودية مع فريق اوتراخت الهولندي.. اسفرت المباراة عن فوز فريق طمرنا باربع اصابات مقابل ثلاث اصابات.. وقد سجل زاهي ارملي هدفين.. والجدير بالذكر ان دعوة وجهت الى رفعت ترك لاعب هيوغيل تل ابيب للاشتراك مع فريق طمرنا الا انه رفض اللعب.



وكان الفريق الهولندي قد فاز على فريق مكابي حيفا بطل الدوري بهدفين مقابل لا شيء.. كما فاز على هيوغيل حيفا.. الا ان طمرنا تمكنت من الفوز على الفريق الهولندي.

## نتائج من دوري كرة القدم التصنيفي في القطاع

غزة - كتب مندوب رياضة الضفة والقطاع - ضمن مباريات الدوري التصنيفي للدرجة الممتازة بكرة القدم الذي تجريه رابطة الاندية الرياضية في القطاع خلال الاسبوع الاخير جرت عدة لقاءات كان اهمها اللقاءات التالية :-

\*\*\*\*

استضاف مركز خدمات خان يونس على ارضه وبين جمهور شعبي فريق مركز خدمات الشاطئ في دورية بوجلة.

\*\*\*\*

### النتيجة والمستوى العام

الشوط الاول للمباراة انتهى بتعادل الفريقين بهدف لكل منهما. بدا حان يونس التهديد بهدف نعيم عساف ثم تعادل عماد القنري من الشاطئ.

وفي بدايه الشوط الثاني سجل نعيم سلامة هدف الشاطئ بفتحه بعيدة المدى من خارج حقل الـ ١٨.

وبعد اهدر بعدها مرمى العمادوي فرصة التعادل عندما لم يضر به الجوز بعيدا عن الثلاث حشبات ولكن نعيم عساف استطاع تعويض الهدف الضائع بهدف جمعيه سجله بعد ثلث ساعة من الشوط الثاني.

وقبل ربع ساعه من النهاية سجل عماد القنري هدف الفوز للشاطئ من ضربه جزاء اقتضتها الحكم اثر لسة يد داخل حقل الـ ١٨ من مدافع خان يونس.

هذا المباراة انما هي حكام تابع للجنة الحكام التقنيية التابعه للرابطة مكون من فتحي الزرو للشاطئ، ومحمد ابو حطب وحسن ابو شمالة للخطوط.

\*\*\*\*

المستوى العام لهذا اللقاء كان جيدا ومتيرا في معظم الاموات.. وقد اهدر الطرفان العديد من الفرص القيمة.

### فوز المركز الجماعي على التفاح

رفح - فعمل ملعب رفح ووسط جماهير غفيرة جرى اللقاء الذي كان هدف تاجل في السابعة بين فريق المركز الجماعي رفح الذي يلعب على ملعبه وبين جمهوره، وبين فريق التفاح الرياضي.

\*\*\*\*

### النتيجة.. والمستوى العام

المستوى العام لهذا اللقاء كان جيدا نسبيا.. حيث انحصر اللعب في معظم الفترات في وسط الملعب.. وانعدمت الخطورة على مرمى الفريق واعتمد الطرفان على اللعب الفردي.

انتهى هذا اللقاء بفوز فريق المركز الجماعي برصيد بنتيجة هدف وحيد مقابل لا شيء للشاطئ حيث جاء الهدف من خطأ الدفاع الذي سجله هذا ذاتيا.

وكان هدف جاء الهدف المذكور بالشوط الاول من المباراة.

حكم اللقاء طامم حكام تابع للجنة الحكام التقنيية التابعة للرابطة مكون من : محمد البوحي للشاطئ، ومحمد ابو حطب وحسين ابو الحبيب للخطوط.

\*\*\*\*

### وفوز الشاطئ على خدمات خان يونس

خان يونس - وعمل ملعب خان يونس

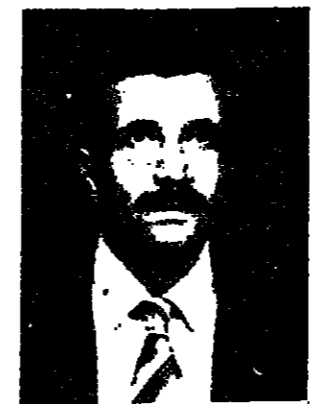
### حكام من الكتلة الشرقية بينهم حكم سوفيتي الى لوس انجلس

بالرغم من مقاطعة الاتحاد السوفيتي والدول الشرقية للالعاب الاولمبية في لوس انجلس فان حكام من الكتلة الشرقية بينهم حكم من الاتحاد السوفيتي سيقيمون بالتحكيم في المباريات الاولمبية.

لقد اعلنت رابطة حكام كرة السلة الدولية في جلستها التي عقدتها في ١ ثينا امس بان ٣ حكام من الكتلة الشرقية يحضرون الى الالعاب الاولمبية للقيام بالتحكيم في لعبة كرة السلة وهم :-

غورغوريان من الاتحاد السوفيتي وكوتلوبوفا من شيكسولوفاكيا ولازاروف من بلغاريا.

### وسام التقدير الى منير فارس



منير فارس

الاستاذ منير فارس ابن حورفيش وعمره ٤٣ عاما عمل كسكرتير المجلس المحلي في حورفيش وشغل منصب مساعد وزير الاتصال ويعمل حاليا سكرتير مجلس عمال مركز الجليل.. قام فارس

بأعمال كثيرة لتطوير الحركة الرياضية في الجليل وعمل على انشاء الملاعب وذلك في نطاق وظيفته كسكرتير مجلس عمال مركز الجليل والذي يضم ١٣ قرية.. وقام منير فارس

بتنظيم دورات لدرسي كرة القدم واقام الاجتماعات الرياضية ونشر بين الشباب الوعي الرياضي وحثهم على ممارستها وضمهم الى منظمة هيوغيل.. كما عمل من اجل الرياضة الشعبية.. كل هذه الاعمال دفعت للجنة ان تمنحه وسام التقدير لمنظمة

هيوغيل على ما قام به من اعمال حميدة لتنشيط الحركة الرياضية ومازال مستمرا لتنشيط الرياضة وادخال الفروع الرياضية الاخرى في منطقتها.

الف مبروك للاستاذ منير فارس والى الاسام في خدمة الرياضة ومبادئ الرياضة السامية.

\*\*\*\*

والجدير بالذكر انه تم منح وسام التقدير لـ ١٢ شخصا ممن عملوا الكثير في حقل الرياضة ضمن منظمة هيوغيل الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.

الرياضة.



كابتن هيوغيل اللد.. حارس المرمى يعقوب بنوديس يرفع كأس الدولة عاليا.

اي ان سعد... الفريقان اللذان كانا مهددان بخطر الهبوط ووصلا الى مباريات النهائية للفوز بكأس الدولة.

لو نظرنا لائحة الدوري الممتاز لهذا الموسم الكروي تلاحظان فريق مكابي حيفا الذي احتل المرتبة الاولى وفاز ببطولة الدوري لأول مرة في تاريخه لم يستطع للوصول حتى الى الدور النصف النهائي كما ان فريق بيتار القدس الذي احتل المرتبة الثانية وهيوغيل تل ابيب الثالثة ومكابي تل ابيب الرابعة ومكابي نتانيا المرتبة الخامسة هذه الفرق هي عمالقة كرة القدم في الدوري جميعها - اوت - خرجت من مباريات الكاس بينما.. الفريقان هيوغيل اللد وهيوغيل بئر السبع من الفرق الضعيفة وعملت جهدها من اجل البقاء مع الدرجة الممتازة انتقلت الى المباراة النهائية للفوز بكأس الدولة..

وجرت المباراة النهائية بين هيوغيل بئر السبع وهيوغيل اللد واستطاع فريق هيوغيل اللد الفوز على فريق هيوغيل بئر السبع بضربات الجزاء والفوز بكأس الدولة لهذا العام.

والجدير بالذكر في عام ١٩٨١ - ١٩٨٢ فاز فريق مكابي رهات عميدار بكأس الدولة الا انه هبط في السنة التالية.. وفريق هيوغيل كفار سابا فاز بكأس الدولة عام ١٩٨٢ - ١٩٨٣ الا انه هبط في السنة التالية الى مستوى فرق الدرجة القطرية.. وفريق هيوغيل تل ابيب الذي فاز بكأس الدولة عام ١٩٨٢ - ١٩٨٣ لم يتمكن من الفوز ببطولة الدوري لهذا العام.. ترى ماذا سيكون مصير فريق هيوغيل اللد في مباريات الدوري لعام ١٩٨٤ - ١٩٨٥ نأمل ان يتمكن من البقاء مع فرق الدرجة الممتازة بنفس الوقت نقدم له احر التهاني بفوزه بكأس الدولة.. والف مبروك.

### بعيدا عن النار والخراب الوفد الاولمبي اللبناني مكون من ٢٢ لاعبا

قرر لبنان ارسال ٢٢ لاعبا الى الالعاب الاولمبية في لوس انجلس حيث يشترك الوفد الرياضي اللبناني في العاب الرماية، رفع الاثقال، العاب القوى، السباحة، المبارزة بالسيف، الملاكمة، المصارعة، سباق الدراجات الهوائية والجودو.

### همنة رياضية

■ تمثنت على السوفيت ان لا يقاطعوا الاولمبياد حتى يشاهد العالم ارقامهم الفيسبة التي تتحطم في كل مسابقة يشاركون فيها.

● من (راقب) الناس مات مما.. عبارة مليئة بالحكم ولكن المؤسف ان تقولها.. وانت منهم يا عزيزي.

● قال لي انا اكثرهم حيا للبطيخ: ففي بعض الاحيان احمل اربع بطيخات في ان واحد.

● عجبا لاولئك الذين يظنون انهم وصلوا... وعجبا لذلك الشخص الذي فن بالصحابه بانهم وصلوا.

● قال له جده.. تعلمت من هذه الحياة يا بني انه ما طار طير وارفع الا كما طار وقع.



### تصفيات ونهائي كأس الدولة

مباريات تصفيات كأس الدولة في كرة القدم.. عبارة عن مباريات حاسمة وصاعقة تنتهي بخروج الفريق الخاسر من المباريات.. وكمن فريق من مستويات الدرجة الثالثة او الثانية استطاعت الوصول الى مراحل متقدمة وحتى الى الدور الربع النهائي الا ان في الرحلات النهائية للتصفيات تلاحظ خروج جميع فرق الدرجة الرابعة والثالثة والثانية والاول وحتى الدرجة القطرية خرجت من المباريات في الدور الربع النهائي.



فرحة أعضاء فريق هيوغيل اللد بحصولهم على كأس الدولة.

فلو نظرنا الى الفرق التي استطاعت الوصول الى مباريات النصف النهائي.. هذه الفرق لم تكن من فرق القمة خلال الموسم الكروي الذي انتهى في الاسبوع الماضي.

فريق هيوغيل اللد الذي وصل الى الدور النصف النهائي كان مهددا بخطر الهبوط الى مستوى فرق الدرجة القطرية واستطاع البقاء في الاسبوع الاخير من المباريات مع فرق الدرجة الممتازة.. هذا الفريق تمكن من هزم هيوغيل تل ابيب بطل الكاس الماضي الذي يحتل المرتبة الثالثة في لائحة الدوري.

وفريق هيوغيل بئر السبع هو الآخر كان مهددا بخطر الهبوط واستطاع الوصول الى المرحلة النصف النهائي مع فريق نتانيا ومكابي تل ابيب.

ونلاحظ ايضا ان فريق مكابي حيفا الذي تربع على عرش الدوري الممتاز وحاز ببطولة الموسم الكروي لعام ١٩٨٢ - ١٩٨٣ لم يتمكن من الوصول الى الدور النصف النهائي.. وكذلك فريق بيتار القدس الذي احتل المرتبة الثانية وفريق هيوغيل تل ابيب الذي احتل المرتبة الثالثة.

اي ان جميع فرق القمة خرجت من مباريات الكاس.. من هنا فان مباريات الكاس.. هي مباريات صاعقة وحاسمة ومثيرة تختلف كليا لعبا وتكتيكا عن مباريات الدوري.

وجرت في الاسبوع الماضي مباريات النصف النهائي.. ففقت المفاجأة الكبرى الاول بفوز فريق هيوغيل اللد على فريق مكابي تل ابيب باصابتين مقابل اصابة واحدة وانتقل الى المباراة النهائية لأول مرة في تاريخه.

وفريق هيوغيل بئر السبع هو الآخر استطاع مفاجأة فريق مكابي نتانيا بطل الدوري الماضي والانتقال الى المباراة النهائية لأول مرة في تاريخه.

### اليوم شباب عكا الى لجنة الطاعة



نظرا لعدم حضور هيوغيل شباب عكا الى المباراة الحاسمة والتي كانت من المقرر ان تجري في رماث غان مع فريق مكابي طمرنا فان لجنة الطاعة التابعة للاتحاد العام وجهت الدعوة الى ادارة شباب عكا لتكامل امام لجنة الطاعة اليوم - الخميس -

وقد صرح مدرب الفريق محمود الجمل.. بان فريق شباب عكا كان يأمل من مباراته البيئية جمع مبلغ مليون و ٥٠٠ الف شيكل من بيع التذاكر حيث ان الادارة بحاجة الى هذا المبلغ لدفع الديون المتراكمة على الفريق ولكن بعد ان قرر الاتحاد نقل المباراة الى رماث غان خسرنا هذا المبلغ ولم تتمكن من دفع اجور السفر نهائيا وايابا الى رماث غان.

هذا ومن المحتمل ان تقرر اللجنة فوز اداري لفريق مكابي طمرنا مما يؤدي الى صعوده الى الدرجة الاولى.. او ان تقرر اجراء المباراة وهذا محتمل جدا.

### المنتخبات الصاعدة الى نهائي لوس انجلس بكرة السلة

نظرا لعدم اشتراك الاتحاد السوفيتي في مباريات الالعاب الاولمبية في لوس انجلس فان منتخب المانيا الغربية صعد الى الدور النهائي الاولمبي في كرة السلة وذلك لعدم اشتراك منتخب روسيا الذي احتل المرتبة الاولى في مجموعته.

والمنتخبات التي انتقلت الى الدور النهائي في كرة السلة هي :-

المانيا وايطاليا ورومانيا

لبناني لوس انجلس

في كرة القدم

المنتخب الاولمبي الالمانى الغربي الذي كان منافسا للاولمبي الاسرائيلي انتقل الى الدور النهائي في لوس انجلس بكرة القدم.. كما انتقل كل المنتخبين ايطاليا ورومانيا الى الدور النهائي.

مصر، يوغوسلافيا، الولايات المتحدة الامريكية، ايطاليا، اسبانيا، الصين، الدراجين، اورغوي، كندا، اسبانيا، فرنسا ومانيا الغربية.

\*\*\*\*

اما المنتخب السوفيتي الذي انتقلت الى الدور النهائي في لوس انجلس فهي :-

الولايات المتحدة الامريكية، الصين الشعبية، يوغوسلافيا، كندا، اسبانيا وكوريا الجنوبية.

